

# Lavado de manos

*Hand washing*

## Ponerse y quitarse

# los guantes estériles

*Take on and take off sterile gloves*

### Autora:

<sup>1</sup> M<sup>a</sup> Antonia Luis Rodrigo

<sup>1</sup> Enfermera del Servicio de Cuidados Intensivos  
Hospital Principis d'Espanya, Hospitalet del Llobregat, Barcelona

### Coordinadoras de la sección:

<sup>2</sup> M<sup>a</sup> Teresa Luis Rodrigo

<sup>2</sup> Ana M<sup>a</sup> Giménez Maroto

<sup>1</sup> Miembro del Comité Asesor de Metas de Enfermería, <sup>2</sup> Subdirectora de Metas de Enfermería.

## Lavado de manos

### Definición

Limpieza de las manos con agua y jabón; éste puede ser higiénico o quirúrgico.

### Objetivo

Eliminar la suciedad y los microorganismos transitorios de las manos previniendo su transmisión.

### Material

Jabón (gel neutro o ligeramente ácido) con recipiente dispensador fácil de manipular, agua corriente templada; toallas de papel. Para el lavado quirúrgico necesitará jabón antiséptico y un cepillo de uñas de un sólo uso.

### Ejecución

1. Quítese todo tipo de joyas de las manos y antebrazos, excepcionalmente pueden

mantenerse las alianzas lisas. Si lleva un reloj de pulsera, deslícelo hacia el codo.

2. Colóquese ante el lavabo pero sin que su ropa roce con él; ajuste el chorro del grifo para evitar salpicaduras y la temperatura del agua hasta que la note templada.
3. Ponga las manos y antebrazos debajo del chorro de agua manteniendo las manos más bajas que los codos.
4. Coja jabón y frótese las manos y las muñecas hasta obtener abundante espuma. Si se trata de un lavado quirúrgico debe usar jabón antiséptico.
5. Realice el lavado de las manos:

### Lavado higiénico

– Haga movimientos circulares y frote firmemente entre 10 y 30 segundos para lavarse todas las superficies de las manos, dedos y muñecas: entrecruce los dedos y

deslícelos hacia delante y hacia atrás (Fig. 1); limpie la zona de debajo de las uñas y alrededor de los lechos ungueales con ayuda de los dedos y uñas de la mano contralateral.

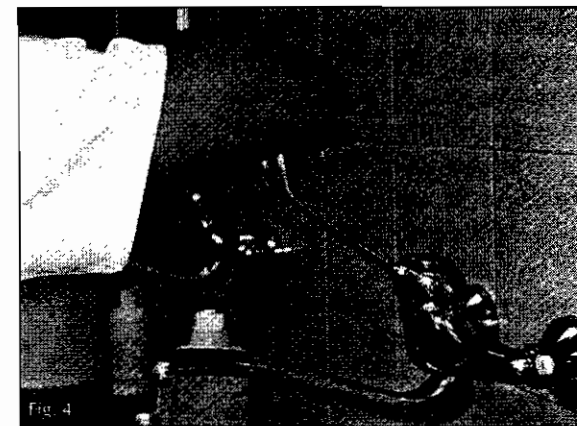
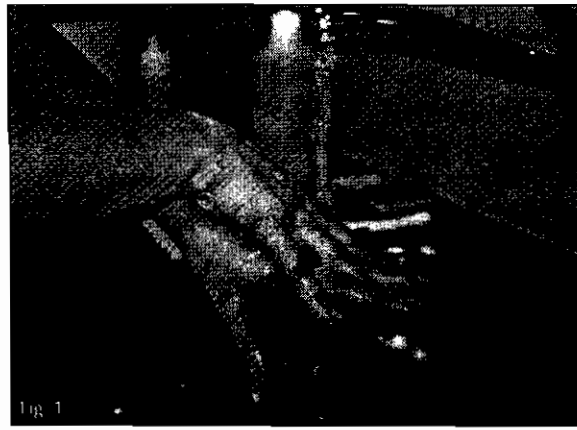
- Aclare minuciosamente ambas manos manteniendo las puntas de los dedos hacia abajo (Fig. 2).
- Séquese cuidadosamente con toallas de papel y deséchelas en el recipiente adecuado.

### Lavado quirúrgico

- Haga movimientos circulares y frote firmemente durante 2 minutos para lavarse todas las superficies de los dedos, manos, muñecas y antebrazos; limpie la zona de debajo de las uñas y alrededor de los lechos ungueales con ayuda de los dedos y uñas de la mano contralateral. Aclare abundantemente.
  - Coja de nuevo jabón y cepille las manos durante 30 segundos cada una (Fig. 3). Aclare abundantemente.
  - Enjabónese de nuevo y frótese los dedos, manos, muñecas y antebrazos durante dos minutos. Aclárese abundantemente. Cuando finalice, flexione los codos de manera que las manos queden más altas que éstos.
  - Séquese por contacto, sin frotar, con una toalla o un paño estéril.
6. Cierre el grifo del agua. Si el mando se maneja con la mano protéjalo con una toalla de papel cuando lo cierre. Los grifos para el lavado quirúrgico se accionan con el codo, el pie o la rodilla (Fig. 4).
7. El lavado higiénico de manos está indicado al iniciar y terminar cualquier técnica o procedimiento enfermero, después de tocar cualquier equipo o material empleado por el usuario, después de tocar material contaminado, antes y después de tocar a un usuario y al comenzar o finalizar el turno. El lavado quirúrgico es necesario en intervenciones quirúrgicas, partos y técnicas que requieran la máxima esterilidad.

### Complicaciones potenciales más frecuentes

- Ninguna.



## Intervenciones de vigilancia y de prevención de complicaciones

- Ninguna.

## Consideraciones especiales

- Si realiza el lavado de manos con frecuencia puede aparecer irritación, sequedad o lesiones de la piel, por lo que es conveniente aplicar regularmente en las manos lociones que contengan emolientes.
- Si tiene en las manos heridas abiertas, desinfectelas y protéjalas de la forma adecuada después del lavado.
- Recuerde que el uso de guantes no excluye el lavado de las manos.

## Puesta y retirada de guantes estériles

### Definición

Cubrir las manos y muñecas con guantes estériles.

### Objetivo

Prevenir la transmisión de microorganismos.

### Material

Guantes estériles de la talla adecuada.

### Ejecución

#### Ponerse los guantes

1. Retire todo tipo de joyas de las manos y antebrazos, a excepción de las alianzas lisas. Si lleva un reloj de pulsera, deslícelo hacia el codo.
2. Lávese las manos.
3. Inspeccione el paquete de guantes para asegurarse de que está seco, intacto, con el indicador de esterilidad y que no ha caducado; rechácelo si el envoltorio está húmedo o roto o su esterilidad ha caducado.
4. Quite el envoltorio externo y deséchelo; ponga el envoltorio interior sobre una superficie de trabajo limpia y seca donde disponga de espacio suficiente para desplegar el envoltorio.
5. Abra el envoltorio interior tal como muestra la ilustración (Fig. 5). Tire firmemente del papel por las zonas dobladas siguiendo las direcciones de las flechas. Los guantes estarán colocados con la palma hacia arriba, con los pulgares hacia el borde externo y los puños doblados unos 5 centímetros.
6. Coja el puño doblado del guante de la mano dominante con el índice y el pulgar de la mano contraria (la no dominante); tenga cuidado de tocar sólo la parte doblada, que corresponde al interior del guante (Fig. 6).
7. Levante el guante por encima del área de trabajo y manténgalo apartado del cuerpo; introduzca la mano correspondiente en el guante y empuje para encajar los dedos. No ajuste el puño doblado ni intente colocar bien los dedos en el interior del guante (podrá hacerlo cuando se haya puesto también el otro). Si el exterior del guante contacta con cualquier superficie no estéril, considérela contaminada y reinicie la técnica con un nuevo par.
8. Deslice la mano enguantada debajo del doblez del puño (Fig. 7), introduzca los dedos de la mano desnuda y con la otra tire del guante cuidadosamente, teniendo la precaución de no flexionar la muñeca de la mano enguantada mientras levanta y se pone el segundo guante, y de mantener el pulgar separado de la palma (Fig. 8).
9. Tocando sólo la parte exterior de los guantes, ajústelos y estire los dobleces de los puños deslizando los dedos por debajo de ellos (Fig. 9).
10. Las manos enguantadas deben permanecer en todo momento a la vista y por encima del nivel de la cintura.

#### Quitarse los guantes

1. Coja el exterior de uno de los guantes cerca de la muñeca y tire de él girándolo del revés (Fig. 10); cuando se lo haya quitado puede sujetarlo con la mano todavía enguantada o dejarlo junto con el equipo usado.
2. Deslice el pulgar de la mano no enguantada en el interior del guante que le queda y tire de él girándolo del revés; tenga cuidado de no tocar el exterior del guante con la mano desnuda (Fig. 11).
3. Disponga adecuadamente de los guantes junto con el resto del material desechable utilizado.
4. Lávese las manos.

### Complicaciones potenciales más frecuentes

Ninguna.

### Intervenciones de vigilancia y de prevención de complicaciones

Ninguna.

### Consideraciones especiales

Siempre que dude si ha rozado con los guantes una superficie no estéril, considérelos contaminados y cámbielos por otros.

